# 军训的心得体会400(十篇)

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2024-08-30

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。军训的心得体会篇一在这烈日炎炎、骄...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**军训的心得体会篇一**

在这烈日炎炎、骄阳似火的八月，为期六天的军训如火如茶的拉开了帷幕。这几天，我的感受既漫长，又短暂，充满了艰辛和欢乐，此刻军训已经结束，我忽然发现，我感受到更多的是留恋与不舍。

是的，军训是很辛苦。回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间。军训如此的苦，我当然也有想退缩的时候，但我坚持了下来。军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程。半途而废是耻辱，大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练。要明白军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体。那么我们有什么理由放弃呢?想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最终将转变为坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获。我收获的是耐力是坚毅是勇敢是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今日的苦与收获，一切艰难险阻都会变得无所谓，我想这就是我们军训需要到达的目的吧!

是的，从军训中我们感受更多的是欢乐。从大家整齐的脚步声，高昂的口号声中，我体会到了团结与奋进的欢乐，更感受到团体的温暖。在那里，我们大声欢呼;在那里，我们大声的笑;在那里，我们留下了我们最完美的回忆!

教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们严于律已，注重方法，精益求精;然而严格中却又多了一份细心，对每个同学尽其关爱，对每个同学不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑让人感觉如兄长般的亲切，让大家觉得像朋友一般的简便舒适。

六天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎样做?”此刻我想，我要做勇敢的男孩，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力，坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂气暴雨，怎会有属于自我的风雨彩虹，怎会有属于自我的精彩天地?生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利!

也许军训的时光短暂，也许这样的时光一去不复返。但“稍息、立正、向右看齐”这些口令将永远回荡在我的耳边。

**军训的心得体会篇二**

三天的军训结束了，这三天有酸，有苦，有累，有饿，但是最多的还是甜。

军训生活之酸

到了，到了，三天的军训到了，我们刚到寝室，就遇到了一个难题;一一套被套。这下，平常老实的被子变得古怪起来。几个同学每人抓住一个角还是进不去，怎么办呢?后来，我们发现先抓住棉芯的两个角，往被套里一放，再在外面抓住那两个角，这下，再顽皮的被子也只能乖乖就范了。

军训生活之苦

第二天，我们一起来，时间就开始紧促起来，我们忙忙洗漱完，把被子怎理好，就走出寝室开始了队列训练。慢慢地，三十分钟过去了，每个人的头都挂着几滴晶莹的汗珠，脚后跟也疼了起来。可是，每个人都要把腰挺起来，仿佛大家都是木头人站那一动也不动。

军训生活饿

叫了起来。这时，忽然有一个念头冒了出来:快伸出勺子吃呀!你不是饿了吗?我被这句话打动了一下，正想伸出勺子吃的时候，又一个声音告诉我，你不能吃，同学们还没到齐。我把勺子放了回去。不一会，疲劳的同学们上来了，看到他们吃的这么香，我的心里也多了几分甜意。

队列训练虽然苦，但是让我们明白军人的生活乐趣。更好的锻炼我们的意志。只要你放心去感受，你就会发现这一次军训有了一定的收获。

**军训的心得体会篇三**

“雪狼，雪狼，陆地之王，王者风范，唯我五连，唯我五连，”这口号代表我们五班全体同学的那一份精神，当这口号回荡在脑海之中，不知不觉便回想起在园山军训的这几天，在炎炎的夏日中沐浴阳光，深深的感受到什么是苦尽甘来，什么是团结友爱。

在军训这几天中我们白天在阳光的照耀下汗流浃背，以坚强的精神和顽强的意志对太阳进行抗日斗争，不服输，不放弃，绝对不对太阳说：“认输”，结果，我们的努力并没有白费，我们这几天的抗日斗争终于胜利了，在整个过程之中我们没有倒下，没有害怕阳光，我们手牵手一起走到最后，绝不丢下任何一个人，放弃任何一个人。在我们脑海中一直都有一种声音在回荡，“坚持就是胜利，我们会坚持走到最后，我们会以汗水把土地铺平”。

晚上，一个个人回到宿舍，大家排着队伍去洗澡，洗完澡，看着同学们一个个疲倦的样子，可以让人知道他们此时此刻心中是开心的，能和同学一起拼搏，一起分享苦后的甘甜，那种感觉是无法用言语来表达的。

这几天以来我们虽然从表面看起来是无比的疲倦，给人感觉很痛苦，仿佛在人间地狱一般，虽身体受到了很大的创伤，但我们每个人的心灵却是乐滋滋的，有一种苦尽甘来的感觉。

这次军训最大的感觉不在于结营时受到的荣耀，而在于整个过程，这个过程也必将成为我们人生道路上的一个重要的关卡。

1.五指并拢，大拇指贴在食指第二节，中指贴在裤缝上。

2.抬起下颚，眼睛平视前方，身体微微向前倾。

3.两脚脚尖分开，脚跟靠拢，脚呈八字状。

我刚开始时，身体往前倾太多跌倒了。后来我又试了几次，结果和第一次一样。教官说：“你身体往前倾得太多了。只要微微向前倾就行了。”我照教官说的去做，一次就成功了。

军训no.2: 就是稍息/立正。

稍息就是在军姿的基础上身体不前倾，右脚伸出一个脚的距离。而立正就只是在军姿的基础上身体不向前倾。这很简单，我一次就成功。可是教官还是让我们一遍又一遍地练。我问教官：“我已经练得很好了，为什么还要练?”教官只回答：“没有最好，只有更好。”我明白了。只有反复的练习才能不断提升呀!于是，我一遍又一遍地练习着。

当然，军训的内容不止这些，还有好多好多。我每当想到军人们忍着炎热在军训，我的敬佩之情就油然而生。我长大以后也要做一名出色的军人，为国家献出自己的一份力!

**军训的心得体会篇四**

军训是大学的开学的第一课，其目的就是增强学生的国防知识，培育爱国情操，锻炼大先生坚强的意志品格等等。不知从什么时分末尾，大学生军训的味越来越淡了，与真正意义上的军训的距离越来越远了。其时间在紧缩，内容在增加，强度在下降。现如今，只剩下在学校的操场上“稍息”、“立正”、“蹲下”、“坐下”、“起立”、“整理着装”、“行礼”、“喊口号”、“四步走”(齐步走、踏步走、跑步走、正步走)、“五向转”(向左转、向右转、向后转、向左45度转、向右45度转)。“军体拳”也不过是拉两个连对过去练练架势，就更别提关于武器装备和军营生活方面的内容。更曾经的那些教员所描画的大学军训简直就是大相径庭。

没进过军营，没阅历过军营生活，没接触过武器装备，这就不是真正意义上的大学军训。这样的军训训练出来的先生军战役力在哪呢?军训的意义又在哪呢?说白了，就是搞方式，走进程，甚至连一些做得比拟好的中学军训都比不上。所以说，大学军训正轨化势在必行!

大学生是年轻的一代，搞好军事训练，深化大先生国防看法，培育大学生优秀品格，意义特殊!

就国防方面来说，一支具有一定战役力的先生军，必要时拉出来就是一支拥有数千万之众的人民军队，是国防实力的重要组成局部。

就社会现状方面来说，当代大学生全体素质较低，严重缺乏责任感、危机感、组织性、纪律性。正轨的军事训练是一次拉近大先生心灵与理想方式距离的时机，是一次用理想对大先生心灵停止塑造的时机，更是改动这种不良社会现状的一剂良药。

“实干兴邦”,望今后的大学军训能更正轨一些，次数上也更多一些(每年都来个一两次)，造福于先生，造福于民族!

**军训的心得体会篇五**

军训是一种难能可贵的集体活动，也是一种不可多得的精神财富，更是一种储备军需后续人才，打造国家四有人才的重大活动。事实上，军训不仅可以从生理上改变一个人，更可以从精神上影响一个人，所以各个学校都在积极开展军训活动，以期能够迎合国家的需要，迎合锻造人才的需要。

一到开学季，无论是中学还是大学都要进行一场如火如荼的军训，这不仅仅是为了让同学们互相熟识一下的集训，也不仅仅是单纯锻炼学生体质的训练，而是一种旨在让学生明白团结的重要性，合作的重要性，忍耐的重要性，宽容的重要性，竞争的重要性，努力的重要性，纪律的重要性和坚持的重要性的重大活动。

对于还未踏入社会的莘莘学子来说，学校就是一个小型的社会，在校园里的生活虽然单纯简单，但也充满了困难与挫折，充满了悲欢与困苦，充满了竞争与合作，因此，为了让学生们提前积累社会经验，磨砺心理素质，强化学时技能，全国上下都在开展军训活动，旨在以一种军队化的严格指标来考验学生，打磨学生，指导学生，教育学生。

众所周知，军训的时间并不长久，只有短短的半个月甚至一周，可是就是这寥寥可数的几天，它就可能改变一个人的气质，影响一个人的意志，看破一个人的未来，决定一个人的命运。因此，积极参加军训活动是我们学生该有的态度，也是我们学生该有的素质，更是我们我们融于集体的重要手段，磨砺意志的良好途径。

不可否认，军训是艰苦的，是严格的，是遭罪的，是痛苦的，可是我们要知道，中华民族素来都把艰苦奋斗当做了伟大的民族精神之一，所以如果我们能够一直坚持下去，那我们就是值得骄傲，值得佩服的。

军训是一种实践活动，一种可以造就人，成就人的活动，但愿我们每个人都可以用一颗平常心去对待军训，用一种神圣的心去看待军训，只有这样我们才能在这短短的几天之内有所感悟，有所收获。

**军训的心得体会篇六**

在军训中,我们还进行了外务整理、安全教育等系列教育运动, “军训生存心得”是每一位同学七天生存的真实写照,丰富多彩的军训生存让我们失掉了全面锻炼并相识了高中学习的诸多特点,为今后的学习生存打下了良好的底子。

军事训练固然苦,但正如孟子所说,只要“先苦其心志”,方能“曾益起所不克不及”,只要颠末“苦”的洗涤,才气表现出我们的“飒爽英姿”。军训竣事了,留给我们的是美好的回忆,是严格的构造纪律性和不怕苦不怕累的作风,是刚强的意志和不停寻求不屈不挠的精力,是强烈的爱国心和报效故国的理想。军训竣事了,但却又是一个新的开始!我们爱惜这次军训经历,铭刻所学到的知识和做人的原理,埋头去感觉武士的爱国之情,并见之于行,在今后的学习实践中,互相资助、团结友爱,关心集体。我们把在军训时期养成的良好品德和作风带到我们今后的学习中去,高尺度,严要求规范自己的言行。服从学校的各项规章制度,脚踏实地地学习、生存、做人,受苦锻炼,遵纪取信,培养发明性学习本领,力争在高中新的起跑线上各人划一步伐,一同前进。

军训的日子就把自己当队伍的武士看待了,在这里有中下令是相对的服从,在这里有种纪律叫:相对严正。固然条条框框,却把人训练的堂堂正正,犹如中国的汉字,横平竖直,开阔有力,在这里没有个人的魅力,只要团结的气力,在这里没有委婉的歌喉,却有高歌荡气的回肠。

在军训中,我们还进行了外务整理、安全教育等系列教育运动, “军训生存心得”是每一位同学七天生存的真实写照,丰富多彩的军训生存让我们失掉了全面锻炼并相识了高中学习的诸多特点,为今后的学习生存打下了良好的底子。

军训的日子虽苦,却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先以为不可的,它却考验了我并报告我要坚持到底,胜利终将属于有信心的人。每天的军姿站立,我知觉的时间已不在是时间,纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都市让我逾越自己的感觉。有过斜风细雨的洗淋却没有湿润我火红的心,有过炎炎夏季的直射,却没有像晒黑皮肤一样,晒着我的固执。要是没有这种训练,我都不止到片刻的苏息都市成为一种施舍,与平时休闲时间相比,那叫做真正的“奢侈”。

**军训的心得体会篇七**

嘹亮的口号在训练场上飞扬，机械学子在烈日下苦练，机械分院20xx级新生军训工作正在如火如荼的进行。

作为一名军训教官，感到无比的荣幸与自豪。因为这是一次可以真正锻炼自己和认识自己的机会。如果用一句话讲出这段时间的感受，那就是：享受工作的状态!

享受事为人先的状态。作为一名合格的军训教官，首先必须要自己的动作规范，口令要准确，讲解要清晰,纪律要严明，谈吐要文明，思想要积极!在军训过程中，必须要起到表率的作用，这样才有资格要求新生。

享受积极投入的状态。再苦再累，积极投入的到工作，就会感到无比的快乐。整体练，每排练，单个练：练踢腿，练摆臂，练分解，练结合，认真地做动作示范，耐心的讲解动作要领，一遍一遍的带队训练。虽然没有多少休息时间，但是觉得时间过得很充实，每天八个小时的带队训练转眼间过得很快，我觉得这就是一种积极投入的状态，一种美好而充实的感觉!

享受昂扬向上的状态。每天晚上必修的就是唱军歌，拉军歌!可以说这是一天当中最轻松愉快的时光,《团结就算是力量》《一二三四歌》 《打靶归来》等等，这一首首军歌都是那么振奋人心。在嘹亮的军歌声中洗去一身的疲惫，让紧张的神经得到一次释放!这样的状态，是没有参加军训教官的同学无法体会到的!

军训工作还在进行，训练已初见成效。作为机械分院的一名普通教官，我保证不会辜负学院武装部、分院领导的期望，做好今年的军训工作。以优异的表现等待学院领导的检阅!

**军训的心得体会篇八**

3月12号，是我们去园山教育基地的第一天，我们看到风景如画的山。看了一会儿，教官就叫我们去换军服。

换完军服我们马上开始训练了。刚开始教官叫我们练蹲下及起立，蹲下时还要大喊，“一、二。”蹲下后，教官说：“不能动，动一下加十分钟。”过了一会儿，教官叫我们起立，还和我们说：“在排队时不许说话、不许做小动作、不许玩，大家知道没?”我们异口同声说：“知道了。”然后我们就去吃午饭了。吃饭时不能发出一点声音。因此这让我们每一次吃饭都很安静。

吃完饭我们在饭堂旁边集合后就去山下进行闪电报数，因为在报数时有人讲话，所以回到集合地点时，教官叫我们蹲下，这次教官说蹲的好就站起来，蹲不好就一直蹲着。最后，教官还是说给我们一个机会说：“如果以后再说话就一直蹲着，好不好。”大家说：“好。”教官就叫我们站起来了。过了几分钟，教官就带我们去吃晚饭，吃完饭，我们就去对面的多功能厅观看《冲出亚马逊》。这个电影可有趣了，主要说有一名中国人为了保住我们国家的国旗，不顾一切地牺牲，为中国争光。我们大约看了两三个小时就出去排队集合，回宿舍休息了。

第二天，我们6：30就起床了，下去吃早饭，吃完早饭马上去训练了，我们来到山下，我们一定要站直，看谁站的久，一动不动，这就是钢铁战士，最后我们班有四个钢铁战士，练完以后，休息了一下，教官让我们站起来训练蹲下、起立、敬礼。有过了好一会儿，就让我们去吃饭。吃完饭我们就去爬山了。

我们爬山时同学们都很团结，记得我爬到一半爬不上去了，是我们班的同学扶我上去的。爬呀爬，终于爬上山了，大家高兴的活泼乱跳，跳啊跳，就下山了。教官走过来说：“宝宝坐下吧。”休息完了。我们到集合地点又开始训练敬礼等……练完大家就去吃晚饭。吃完晚饭，我们又看了几个小时的《小孩不笨》的电影。然后回宿舍休息了。

第三天上午，吃完早饭我们我们去开结业典礼，典礼中老师选出两个代表，我们只要动一下代表就要跑两圈，一圈长达150米，我们班的代表总共跑了35圈，我们全班都哭了我们冲过去拥抱那个代表。结业典礼结束以后，我们马上回到宿舍收拾东西回学校了。

这次的军训使我们终生难忘。

**军训的心得体会篇九**

灿烂明媚的阳光，映照在每个人的脸上。此刻，我们正在接受军训的最后检阅。为期一周的军训，在不知不觉中结束，然而它却给予我们甚多。那整齐有序的步伐，那昂头挺胸的气魄，那嘹亮恢弘的口号，无一不在展示我们训练的成果。是的，短短的七天军训，教会我们的恐怕不只是那稍息立正的军式训练，更多的，它让我们接受了一次意志的沐浴，精神的洗礼。

它教会我什么是坚强的意志。那笔直的腰身，挺起的胸膛，昂扬的势气，告诉我那是军人的飒爽英姿;那骄阳下伫立的身影，那汗水中神采奕奕的双眼，那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿，让我为之震撼，为之感动。他们有着铁铸的信念，钢焊的意志。他们，这群正直而不乏潇洒、严肃而不乏幽默的教官们，将他们铁的纪律带到我们面前，教会我们什么是军人的风范，什么是钢铁般坚强的意志。

它教会我什么是团结的力量。那创造中的和谐摩擦出美丽的火花。看吧，统一而整洁的军装，豪迈而整齐的步伐，伴着那嘹亮的口号，一排排，一列列，是那样赏心悦目，振奋士气。团结就是力量，再不是简简单单的一句话，它授予我们人生的哲理，告诫我们为人的理念，更在军训的训练中，铸起了一座不倒的城墙，集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致，愈见丰美。不是吗?那拔河比赛上，跃跃欲试的激动，齐心协力的合作和抵制不住的欣喜，无一不在表现着我们六十三颗紧紧相连的心。团结的动力使我们反败为胜的那一刻，涨红的双脸，雀跃的欢呼，又让我们真实地体验着这份欣喜，更让我们感悟：有种力量叫团结。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树;雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹;溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

可亲可敬的教官们，一路走好!

难忘的军训生活，将会在我美好的回忆中舞动得别样精彩!

**军训的心得体会篇十**

两周的军训的日子，让我内心1种潜藏在心中已久的感受油然而生。

不能否认的是，军训是辛苦的，基本上是超过了自己的预期，军训的过程中也着实发生了些自己没预料到的事情，甚至有过放弃的念头，但好在这一切我都坚持了过来。

在军训时，我们和训练员在烈日下同甘共苦，他们对每1个动作都要求严格，一发现我们的动作不规范，不到位，便细心的给我们讲解，纠正我们的错误，争取让我们把每1个动作做好。尤其是在站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。

教练常跟我们说的一句话，也可以说是一句口头禅，当然也可以说是一句训练的口号“苦不苦想象长征二万五，累不累问问革命老前辈”，现在想来依然如声在耳，因为印象实在是太过深刻了。

幼苗不经历风霜洗礼，怎能长成参天大树;雏鹰不经历狂风骤雨，怎能飞上万里苍穹;溪流不经历颠簸流离，怎能交汇于浩瀚大海。而年少的我们，不经历艰苦磨炼，又怎能成为国家栋梁之材。

也许，这短暂的七天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找